

Утверждаю: Заведующая МДОУ "Костинский детский сад"

Гневанова М.Н.

МЭНО

на 12.03.2026 год

Диетстолы

Д/сад	МДОУ Костинский д/сад	Костинский детский сад	с 1-3 лет	День	Четверг
-------	-----------------------	------------------------	-----------	------	---------

Прием пищ	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	3\5	Лашевник с творогом	150	229,00	9,70	7,80	30,60
	соусы	2\11	Соус сладкий молочный	30	33,00	0,70	1,40	4,50
	горячий напиток	397	Какао с молоком	150	89,00	3,15	2,72	12,90
	бутерброды	2	Батон чайный	20	48,00	1,46	0,26	10,96
				масло сливочное	3	18,30	1,190	0,15
Обед	салат	5\1	Салат из капусты с морковью и раст. маслом	40	51,43	0,52	1,99	7,86
Обед	1 блюдо	11\2	Рассольник домашний со сметаной	150	74,00	1,40	3,30	10,40
	2 блюдо	4\9	Плов из мяса	150	276,00	14,40	13,10	24,70
	горячий напиток	372	Кисель из сухфруктов	150	86,00	0,70	0,00	24,00
	хлеб ржаной		Хлеб дарница 2 сорт	30	44,00	1,42	0,44	8,94
Полдник	гарнир	21\3	Омлет с овощами	80	141,00	5,50	12,60	2,20
			Хлеб йодированный 1 сорт	20	47,20	1,54	0,19	9,58
		401	Чай с молоком	150	46,00	1,10	1,10	8,40
	ИТОГО				1182,93	42,78	45,05	185,04